



## Natürliche Unterstützung der Leber – Schritt 1

Sehr geehrte(r) Herr Michael,

- Leiden Sie häufig unter Müdigkeit und gereizter Stimmung?
- Plagen Sie regelmäßig Schlafstörungen zwischen 1 und 3 Uhr nachts?
- Haben Sie das Gefühl, Ihre Leistungsfähigkeit lässt stetig nach?
- Sind Verdauungsprobleme, Verstopfung oder Schmierdurchfälle ein lästiger Begleiter Ihres Alltags?

Dann haben Sie sehr wahrscheinlich ein Problem mit Ihrer Leber. Damit sind Sie nicht alleine! Die meisten Menschen haben eine belastete Leber.

Warum Entgiftung wichtig ist und wie diese funktioniert, davon handeln der heutige Gesundheitsbrief und die Gesundheitsbriefe der nächsten Wochen.

### **Nutzen Sie die aktuelle Fastenzeit zur Reinigung, Entlastung und Regeneration Ihres Körpers!**

Bitte bleiben Sie gesund und gehen Sie liebevoll mit sich um.  
Ihr Gesundheits-Team

### **Wieso ist Entgiftung so wichtig?**

Täglich wird unser Organismus mit Schadstoffen aus der Umwelt oder zellschädigenden Abfallprodukten des Stoffwechsels belastet. Wenn sie nicht ausgeschieden werden, kommt es zur Vergiftung der Zellen und letztlich zum Zelltod.

Die Entgiftungsmechanismen im Körper dienen schlicht dem Überleben und sind entsprechend vielfältig und umfangreich. Ist die Entgiftung gestört kommt es zu einer Störung des Säure-Basen-Haushalts und einer Anreicherung der Gifte in den Geweben. Das macht sich mit Symptomen wie Kopfschmerzen, Verdauungsbeschwerden, Schlafproblemen, einem schlechten Hautbild, Stimmungsschwankungen, Gereiztheit oder Antriebslosigkeit bemerkbar.

### **Funktion der Leber**

Die Leber trägt als zentrales Organ im Stoffwechsel und größte Drüse im Körper entscheidend zu unserem Wohlbefinden bei. Schließlich reinigt sie als Entgiftungsorgan das Blut von Stoffwechselprodukten, Schadstoffen und Medikamenten.

Außerdem reguliert die Leber den Nährstoff- und Hormonhaushalt. So erfolgt u.a. die Produktion der Gallensäuren für den Fettabbau und die Speicherung von überschüssigem Zucker in der Leber. Des Weiteren werden die Vitamine A, E, B12 und Spurenelemente wie Eisen, Kupfer, Zink und Mangan in der Leber gespeichert.

### **Ist die Leber krank leidet der Mensch**

Die Leber ist ein regenerationsfähiges Organ. Werden die Leberzellen allerdings dauerhaft zu stark belastet, nehmen sie Schaden. Die Folge sind chronische Lebererkrankungen, verbunden mit starken Einschränkungen lebenswichtiger Funktionen (Stoffwechsel, Verdauung, Immunsystem). Zum Glück lässt sich der Organzustand durch die in einer Blutprobe ermittelten Leberwerte diagnostisch erfassen – aber leider nicht exakt bestimmen. Geht man von einer Skala von 0 bis 100 aus und ordnet dem Wert 100 Gesundheit und dem Wert 50 Krankheit zu, dann sind schulmedizinische Verfahren nicht dazu in der Lage, den Bereich zwischen 50 und 100 mit einem Marker zu erkennen.

Gemäß dieser Logik existieren nur zwei Zustände, nämlich gesund oder krank. Mit anderen Worten: den Schulmediziner verleiten nicht erhöhte Leberwerte womöglich zur Aussage, die Leber sei gesund, also „nicht krank“. Aber ob das Organ eine 100prozentige oder nur eine 50prozentige Leistungsfähigkeit besitzt, kann er anhand der Leberwerte nicht sagen. Aber Leberwerte sind Krankheitswerte und kritisch zu hinterfragen.

### **Typische und häufige Belastungsfaktoren für die Leber**

Wenn die Leberwerte steigen bzw. die Gallenblase zwickt, ist die Ursache zumeist in Lebens- und Ernährungsgewohnheiten, Umwelteinflüssen und Stress zu suchen. So sind bspw. Weißmehl, Zucker, Kaffee, Alkohol und viel gesättigtes Fett nicht im natürlichen Ernährungsprogramm des Menschen vorgesehen und stellen das Leber-Galle-System vor große Probleme.

Weiterhin greifen Medikamente tief in den Leberstoffwechsel ein und schwächen die Lebertätigkeit nachhaltig. Und zuletzt wirken sich Umweltschadstoffe negativ auf die Leber aus: Schwermetalle, Pestizide, Fungizide, Emissionen usw. sammeln sich in der Leber!

Die genannten Faktoren bedeuten Schwerstarbeit für die Leber. Kann sie diese nicht mehr kompensieren, treten Symptome auf, die oft nicht als „Krankheit“ identifizierbar sind und rein symptomatisch behandelt werden oder gar unbehandelt bleiben:

- Nachlassen der allgemeinen Leistungsfähigkeit, Müdigkeit, Abgeschlagenheit
- Verschlackung des gesamten Organismus
- Gestörte Verdauung: Verstopfung oder Schmierdurchfälle, Blähungen und Blähbauch, Aufstoßen und Sodbrennen
- Schmerzen im Rücken (meist in der rechten Körperhälfte), in den Augen oder im Kopf (oft Migräne im Seitenbereich des Kopfes bzw. über den Augen)
- Schlafstörungen: das Einschlafen zwischen 23 und 1 Uhr und das Durchschlafen zwischen 1 und 3 Uhr sind gestört
- Schlechte Nährstoff-Resorption
- Gereiztheit, Wut, Zorn, Groll, Aggression
- Wechseljahresbeschwerden, Hitzewallungen

## Die meisten Menschen haben eine belastete Leber

Das fällt nicht auf, denn im Inneren besitzt die Leber keine Schmerzrezeptoren und ist somit prädestiniert für eine stille Duldung der ihr zugemuteten Belastungen. Da das Organ aber so wichtige Funktionen zu erfüllen hat, öffnet eine Vernachlässigung Krankheiten und Beschwerden Tür und Tor. Das muss nicht sein!

Glücklicherweise stellt die Natur zahlreiche Wirkstoffe zur Verfügung, die gezielt eingesetzt dazu beitragen, die Leber effektiv zu reinigen, zu aktivieren und dauerhaft fit zu halten. Dazu gehören Chinesischer Enzian, Bupleurum, Gilbweiderich, Coptis und Kurkuma, die 5 bewährten Leberkräuter der Traditionell Chinesischen Medizin (TCM).

### Schritt 1: Durchführung der Leberkraft Kräuter Vitalkur

Um den Herausforderungen des Alltags vital zu begegnen, gilt es aus Gründen der Gesundheitsvorsorge die Leber aktiv zu kräftigen. Eine diesbezügliche Maßnahme ist die Durchführung der Leberkraft Kräuter Vitalkur. Sie stellt aus therapeutischer Sicht den ersten Schritt („Anlösung und Ausschwemmung von Ablagerungen“) zu einer Reinigung und Vitalisierung der Leber dar.

Die Vitalkur dauert 40 Tage, ist – auch bei bestehenden Beschwerdebildern – einfach durchzuführen und unterstützt den Funktionserhalt und das natürliche Gleichgewicht der Stoffwechselprozesse von Leber und Gallenblase.

**Sie gliedert sich in 2 Phasen:**

#### Phase 1: Anlösung der Ablagerungen (20 Tage):

Chinesischer Enzian und Bupleurum weiten die Lebergänge, lösen Ablagerungen in den Gallengängen und reinigen die feinen Verästelungen in den Leberläppchen. Als erste Reaktion zeigt sich eine stark abnehmende Tagesmüdigkeit und ein tieferer Schlaf.

- **Chinesischer Enzian:** wird in der Naturheilkunde bei Hepatitis und Gelbsucht (Ikterus) sowie allgemein bei den meisten Leberbeschwerden eingesetzt.
- **Bupleurum:** kommt traditionell bei stagnierender Leberenergie, bei Verdauungsproblemen oder Launenhaftigkeit zum Einsatz.

#### Phase 2: Ausschwemmung der Ablagerungen (20 Tage):

Coptis und Kurkuma regen den Gallenfluss stark an, Gilbweiderichkraut löst die festen Ablagerungen in der Gallenblase an, damit sie im zweiten Schritt besser abgehen können. Die Anregung des Gallenflusses ist zentral, da die gelösten Ablagerungen aus den Gallengängen in die Gallenblase transportiert werden müssen. Zum anderen kann sich der Leberstoffwechsel über einen starken Gallenfluss wieder regenerieren, was die Verdauungs- und Entgiftungsfunktionen belebt.

- **Coptis & Kurkuma:** regen den Gallenfluss stark an und schwemmen die ausgefällten, zuvor angelösten festen Bestandteile der Gallenflüssigkeit aus Gallenblase und Leber aus.
- **Gilbweiderichkraut:** hält die Lösungsprozesse aufrecht, um bei der Ausschwemmung einer erneuten Verstopfung der Gallengänge vorzubeugen.

**Wie es nach der Leberkraft Kräuter Vitalkur, in Schritt 2 & 3 weitergeht, darüber informieren wie Sie nächste Woche.**

Schallers Gesundheitsbriefe

Com Marketing AG, Flüelistraße 13, 6072 Schweiz

Sie erhalten diese E-Mail, weil Sie sich für die Schaller's Gesundheitsbriefe angemeldet haben.